

**Thesis Title** Development of Family and School Collaborative Program to Promote Healthy Eating and Physical Activity Among School-age Children

**Author** Mrs. Jutamas Chotibang

**Degree** Doctor of Philosophy (Nursing)

**Thesis Advisory Committee**

Associate Professor Dr. Warunee Fongkaew	Chairperson
Associate Professor Ladda Mo-suwan, M.D.	Member
Professor Dr. Janet C. Meininger	Member
Dr. Pimpaporn Klunklin	Member

**ABSTRACT**

Childhood obesity has become a serious public health concern that has a high prevalence and long-term negative physical and mental health consequences. Prevention and treatment of obesity are considered a high priority for all pediatric health care providers. This participatory action research aimed to develop a family and school collaborative (FASC) program for promoting healthy eating and physical activity for school-age children using empowerment strategies with 110 school stakeholders. Quantitative data were analyzed by using descriptive statistics and the qualitative data were analyzed by content analysis.

The findings of the study revealed that school-age children were only aware of the increasing number of obese children whereas parents, teachers, cafeteria staff, and shop vendors were more concerned about the increasing risk of obesity, effects of obesity, and the importance of a prevention program. The program was composed of five core components including situational analysis, explore effective interventions, family and school collaboration, implementation of planned intervention, and monitoring and evaluation. The methods of program implementation included participatory workshop, brainstorming and mind mapping, group discussion, and group meeting.

The impacts of program implementation were family and school collaboration in initiating school policy to identify practical guidelines and implementing obesity prevention activities. The activities included creating a supportive environment by disallowing the sale of soda and unhealthy snacks; developing a curriculum for enhancing capacity of student leaders; promoting physical activity; providing a healthy school lunch and snack menu, providing obesity prevention education; and conducting child nutrition status surveillance and database.

The program can be used as an important guideline for nurses and health care personnel to enhance partnership between family and school in order to promote healthy eating and physical activity. This program can be proposed to school policy makers for building a healthy public policy to prevent childhood obesity in a sustainable manner.

**ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์** การพัฒนาโปรแกรมความร่วมมือระหว่างครอบครัวและโรงเรียนเพื่อส่งเสริมการบริโภคเพื่อสุขภาพและกิจกรรมทางกายในเด็กวัยเรียน

**ผู้เขียน** นางจุฑามาศ โชติบาง

**ปริญญา** พยาบาลศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พยาบาลศาสตร์)

**คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์**

รองศาสตราจารย์ ดร. วารุณี	ฟองแก้ว	ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ พญ. ลัดดา	เหมาะสมสุวรรณ	กรรมการ
ศาสตราจารย์ ดร. เจเน็ท	ไมนิงเกอร์	กรรมการ
ดร. พิมพาภรณ์	กลิ่นกลิ่น	กรรมการ

### บทคัดย่อ

ปัญหาโภชนาการเกินหรือโรคอ้วนเป็นปัญหาสาธารณสุขสำคัญที่มีอัตราความชุกของโรคสูงและมีผลทางลบในระยะยาวต่อสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ บุคลากรในทีมสุขภาพจึงได้ให้ความสำคัญต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหาโภชนาการเกิน ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมความร่วมมือระหว่างครอบครัวและโรงเรียนเพื่อส่งเสริมการบริโภคเพื่อสุขภาพและกิจกรรมทางกายของเด็กวัยเรียน โดยใช้กลยุทธ์ในการสร้างเสริมพลังอำนาจแก่ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทั้งหมด 110 คน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่า เด็กวัยเรียนรับรู้แต่เพียงว่า ปัญหาเด็กอ้วนมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ส่วนกลุ่มผู้ปกครอง ครู แม่ครัวและพ่อค้าแม่ค้ารับรู้ในประเด็นอื่นด้วยว่าในปัจจุบันเด็กมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคอ้วนมากขึ้น และความอ้วนมีผลกระทบต่อสุขภาพเด็กและควรให้ความสำคัญกับโปรแกรมการป้องกันโรคอ้วน เนื้อหาของโปรแกรมความร่วมมือระหว่างครอบครัวและโรงเรียนประกอบด้วย 5 ส่วน คือ การวิเคราะห์สถานการณ์ การศึกษาการดำเนินกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพ การสร้างความร่วมมือของครอบครัวและโรงเรียน การดำเนินกิจกรรมตามแผนงาน การติดตามและ

ประเมินผล และวิธีการสร้างการมีส่วนร่วมมี 4 วิธี คือ การจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม การระดมสมองและการทำแผนที่ความคิด การอภิปรายกลุ่ม และการประชุมกลุ่ม

ผลกระทบที่เกิดขึ้นคือ เกิดความร่วมมือระหว่างครอบครัวและโรงเรียน ในการกำหนดนโยบายและการปฏิบัติกิจกรรมในการป้องกันโรคอ้วน ได้แก่ การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพโดยห้ามขายน้ำอัดลมและขนมกรุบกรอบในโรงเรียน การพัฒนาหลักสูตรเพื่อส่งเสริมศักยภาพของแกนนำนักเรียน การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย การจัดอาหารกลางวันและอาหารว่างเพื่อสุขภาพ การให้ความรู้เรื่องการป้องกันโรคอ้วน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ และการพัฒนาระบบฐานข้อมูลภาวะโภชนาการ โปรแกรมความร่วมมือระหว่างครอบครัวและโรงเรียนที่ได้พัฒนาขึ้นจากงานวิจัยครั้งนี้ พยาบาลและบุคลากรทีมสุขภาพสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการสร้างความร่วมมือระหว่างครอบครัวและโรงเรียนเพื่อส่งเสริมการบริโภคเพื่อสุขภาพและกิจกรรมทางกายแก่นักเรียนในโรงเรียนและนำเสนอนโยบายของโรงเรียนเพื่อพัฒนาเป็นนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพในการป้องกันโรคอ้วนในโรงเรียนอย่างยั่งยืนต่อไป